



生きがいボランティア

プチボラ

アプリ

説明書



アプリで
短時間ボランティア
(プチボラ)
を見つけよう



国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
National Center for Geriatrics and Gerontology



RISTEX
社会技術研究開発センター

SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム
社会的孤立・孤独の予防と
多様な社会的ネットワークの構築



生きがいボランティア

プチボラ

アプリ

説明書

目次

はじめに	1 P
プチボラアプリでできること	2 P
インストール方法	3 P
ボランティア登録	4 P
初めて使うとき	5 P

機能の紹介

各ページでできること	7 P
活動をさがす	8 P
ケアコインの確認	9 P
活動評価	9 P
直接依頼	10 P
予定をキャンセル	10 P
アンケートの確認・編集	11 P
オファーを受ける	11 P
よくある質問	12 P

「プチボラ」を使って 短時間からできるボランティア を始めてみませんか？

ボランティア活動を通じた社会参加



ボランティア活動を通じて社会参加や地域貢献を行い、生きがいづくりや心身の健康増進につなげることができます。また、社会参加は高齢者の孤立や孤独の解消、認知症予防にも役立ちます。

厚生労働省は自治体による「介護支援ボランティアポイント制度」の普及を推進しています。この制度は、人手不足が深刻な介護施設などでボランティア活動を行うとポイントが付与される有償ボランティア制度です。

ボランティア活動を通じて健康状態を維持し、社会の一員として活躍しましょう。

事業所への応募、連絡、報酬の受け取りがひとつに



あなたの希望に合ったボランティア活動を簡単に探し、応募ややり取りができます。さらに、活動終了後はアプリを通じて事業所から報酬が支払われます。

ぜひ「プチボラ」アプリをお試しください。

プチボラアプリでできること



Step 1 活動を探す

活動したい日を選ぶと、あなたの希望に合った活動が表示されます。詳細を確認してから応募してみましょう。

カレンダーからボランティア活動を簡単検索！



Step 2 活動予定の成立

活動に応募すると、事業所に連絡が送信されます。事業所が承認すると予定が確定します。質問がある場合は、メッセージ機能でやり取りできます。

簡単なメッセージのやり取りで応募可能！



Step 3 ポイント獲得

活動終了後、事業所からポイントが付与され、アプリ上で貯まっていく様子を確認できます。

アプリ上でポイント獲得！

インストール方法

Android アンドロイド

二次元コードを読み取る



1

カメラで上記のプチボラ二次元コードを読み取る。表示されるURLを押す。



2

インストールを押す。



3

インストールされました。

iPhone アイフォン

事前にApple ID・パスワードをお手元にご用意ください

二次元コードを読み取る



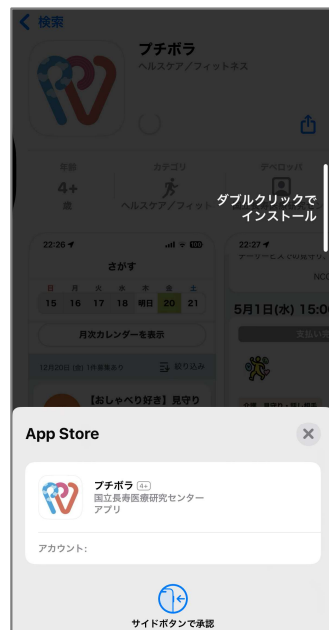
1

カメラで上記のプチボラ二次元コードを読み取る。表示されるURLを押す。



2

入手を押す。



3

電源ボタンを2度押す。
※Apple IDのサインインを求められた際はパスワードを入力してください。

ボランティア登録



ボランティア登録票

発行日 2024年10月04日

発行者

名称	NCGG-NK
代表者	中島 花子
所在地	愛知県大府市
電話番号	
メールアドレス	

ボランティアの情報

登録日	2024年10月04日
氏名	長寿 太郎
かな	ちょうじゅ たろう
性別	男性
住所	愛知県刈谷市
携帯電話番号	090
アクティベーションコード	

※ スマホアプリのアクティベーションに必要となります。大切に保管してください。

アプリを利用するには、事前にボランティア登録を行う必要があります。

登録には、以下の情報が必要です。

- ① 氏名
- ② 性別
- ③ 生年月日
- ④ ご住所
- ⑤ スマートフォンのお電話番号

個人情報の取り扱いについては、プチボラホームページおよびプチボラアプリ内でご確認いただけます。

初めて使うとき

- ボランティア登録票を使って、アプリの利用登録を行います。



1

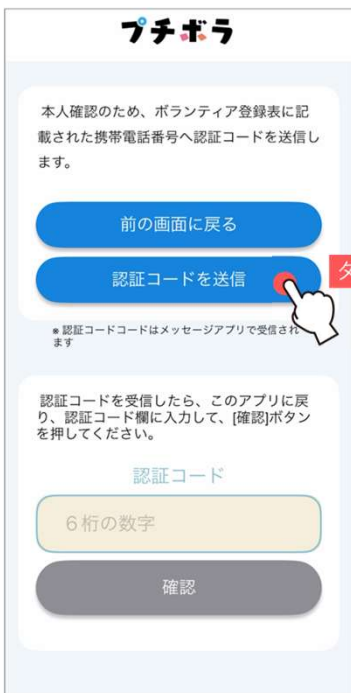
お手元にボランティア登録票を用意。

2

アプリを開き
二次元コードを読み取る
を押す。

3

カメラへのアクセスを許可し、ボランティア登録票の二次元コードを読み取る。



4

認証コードを送信
を押す。



5

登録票に記載の電話番号へ6桁の数字が届くので入力する。
確認
を押す。

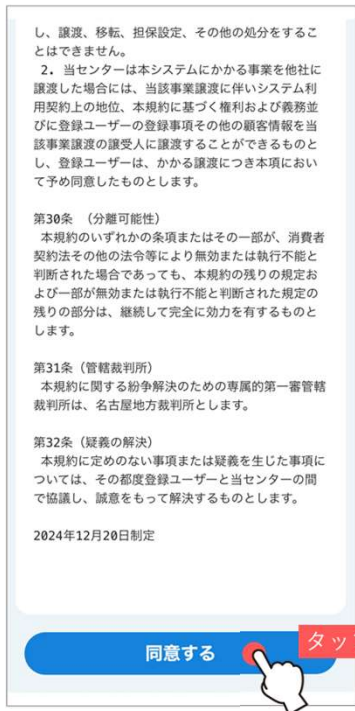


6

氏名と電話番号を確認
アプリの利用を始める
を押す。

初めて使うとき（つづき）

- 基本情報を登録します。



7

利用規約を読み、
同意するを押す。



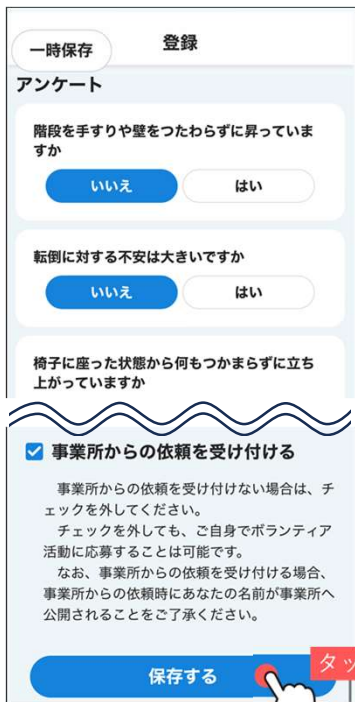
8

プロフィールを入力する。
+エリアを選択を押す。



9

お住いの近隣県が表示され、
その中からエリアを選び、
確定を押す。



10

アンケートをすべて回答し、
保存するを押す。



11

アプリの使い方を動画で
確認した後、
アプリの利用を始めるを押す。




12

アプリの登録ができました。
プチボラ活動をさがしてみよう。

各ページでできること

・プチボラでは、ボランティア活動の検索、活動履歴の確認、メッセージのやり取り、ケアコインの確認などができます。



さがす

日 月 火 水 木 金 土
6 7 8 9 10 11 12

月次カレンダーを表示

10月7日(月) 2件募集あり 絞り込み

見守りとコミュニケーション

介護 見守り・話し相手

◎ 9:00~11:00
◎ KRY2000
◎ 刈谷市東陽町
◎ 刈谷長寿の家

刈谷長寿の家は入居型介護施設です。利用者様は10名ほどです。リビングに集まる利用者さんの見守りとお話し相手になっていただきます。また、リビング内の清掃をお願いする場合がございます。

さがす ボランティア メッセージ ケアコイン その他

さがす

日付を選んで、気になる活動に応募

活動したい日付を選ぶと、あなたにおすすめの活動が表示されます。詳細を確認し、活動へ応募してみましょう。右上には便利な絞り込み機能もあります。

➢ 絞り込み機能については、8ページへ



ボランティア

問合せ中 今後の予定 活動実績

10月7日(月) 9:00~11:00

見守りとコミュニケーション

介護 見守り・話し相手

◎ KRY2000 コイン
◎ 刈谷市東陽町
◎ 刈谷長寿の家

刈谷長寿の家は入居型介護施設です。リビングに集まる利用者さんの見守りとお話し相手になっていただきます。また、リビング内の清掃をお願いする場合がございます。

内容確認 メッセージ

×予定をキャンセル

さがす ボランティア メッセージ ケアコイン その他

ボランティア

確定した活動の予定や問合せ履歴を確認

[今後の予定] 確定した活動が確認できます。
[問合せ中] 問合せや応募した活動が確認できます。
[活動実績] 終了した活動が確認でき、事業所を評価することができます。

➢ 活動評価については、9ページへ



メッセージ

絞り込み

刈谷長寿の家

日時: 10月7日(月)
社休前内容・介護 見守り・話し相手

支払い完了 10月7日(月)
活動が完了しました

メッセージを開く

刈谷長寿の家

10月7日(月)9:00~11:00 活動詳細
介護 見守り・話し相手

ボランティアが応募しました
2024.10.04 18:40

初めてお世話になります。持ち物や注意事項があれば教えてください。
2024.10.04 18:42

さがす ボランティア メッセージ ケアコイン その他

メッセージ

活動前に不安な点は事業所と連絡可

事業所へは、応募前の問い合わせや、応募後の質問などの連絡が可能です。事前に確認を行い、不安なく活動に参加できるようにしましょう。



ケアコイン

保有コイン数

KRY NCGV 2,000

取引一覧

過去30日分 すべて

KR NCGN

2024-10-07
活動対象 2024年10月7日 9:00~11:00 介護 見守り・話し相手 2,000

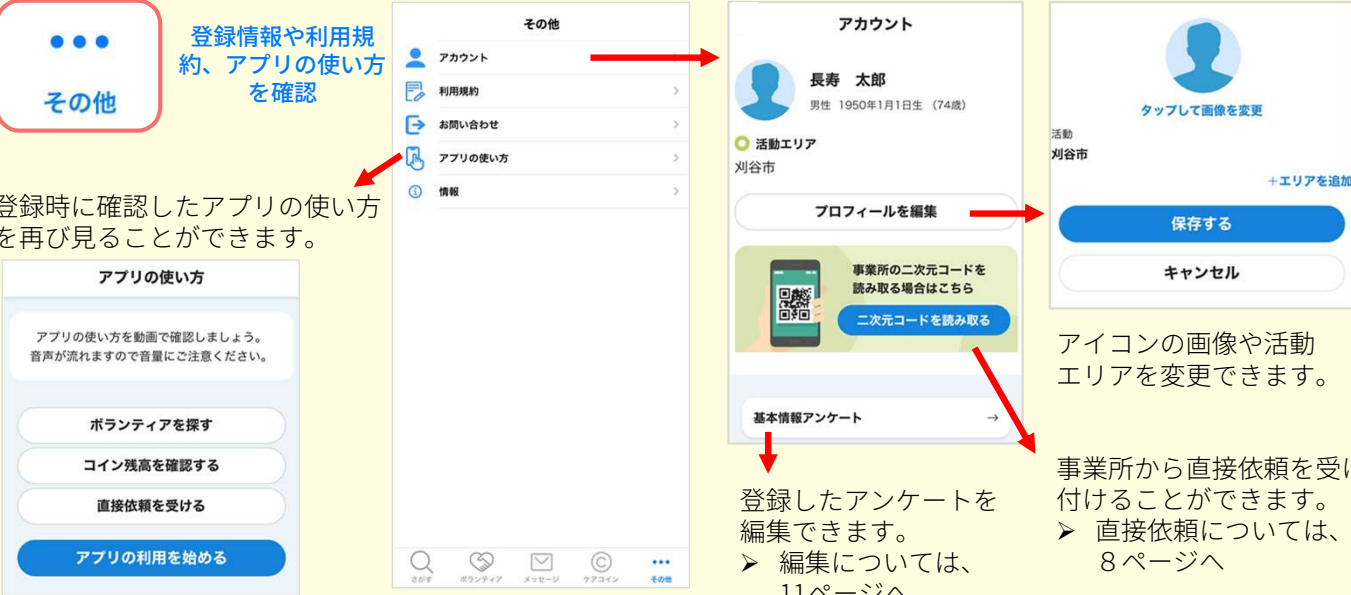
さがす ボランティア メッセージ ケアコイン その他

ケアコイン

活動後に受け取ったケアコインを確認

活動終了後は、ケアコインが付与されます。付与された履歴がすべて確認できます。

➢ ケアコインについては、9ページへ



その他

登録情報や利用規約、アプリの使い方を確認

登録時に確認したアプリの使い方を再び見ることができます。

アプリの使い方

アプリの使い方を動画で確認しましょう。音声がかかりますので音量にご注意ください。

ボランティアを探す
コイン残高を確認する
直接依頼を受ける
アプリの利用を始める

その他

アカウント
利用規約
お問い合わせ
アプリの使い方
情報

アカウント

長寿 太郎
男性 1950年1月1日生 (74歳)

活動エリア
刈谷市
+エリアを追加

プロフィールを編集

事業所の二次元コードを読み取る場合はこちら
二次元コードを読み取る

基本情報アンケート

タップして画像を変更

活動
刈谷市

保存する
キャンセル

アイコンの画像や活動エリアを変更できます。

事業所から直接依頼を受け付けることができます。
➢ 直接依頼については、8ページへ

登録したアンケートを編集できます。
➢ 編集については、11ページへ

活動をさがす

・自分の希望に合ったボランティア活動が探せます。



1

ページにてカレンダーを開き、活動したい日を選ぶ。



2

気になる活動を選び、
もっと詳しくを押す。



3

やりたい活動が決まったら、
応募するを押す。



4

事業所に自動で連絡が
送られる。



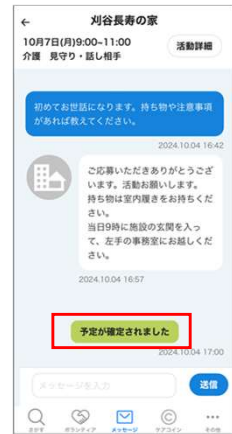
5

質問があれば聞くことが
できる



6

事業所が応募を確定、または
返信があると通知が届く。



7

メッセージを開くと、
予定が確定されていることが
分かる。

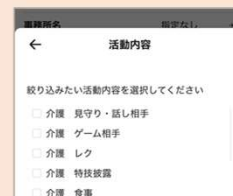


8

確定した活動は
ボランティアを開くと、
[今後の予定]に表示される。

絞り込み機能

- ・ページでは、条件によって活動を絞り込めます。ご自宅から通いやすい事業所名で検索してみましょう。
- ・絞り込みは一定時間維持されます。すべての活動を見たいときは[絞り込みを解除する]を押してください。



設定後、左上の←を押して、絞り込みに戻り、検索するを押す。

ケアコインの確認

- 活動終了後に付与されたケアコインを確認できます。

1 ボランティアで[活動実績]を開くと支払いが完了しているのが確認できる。

2 ケアコインを押す。

3 付与されたケアコインが確認できる。

活動評価

- 活動終了後、活動した事業所の雰囲気を5段階で評価できます。

1 評価するを押す。

2 活動した施設の雰囲気を5段階で評価する。(とても良かった～とても良くなかった)

3 当てはまる評価を押した後、保存するを押す。

もっと詳しく

もっと詳しく

事業所概要

評価 4.7 / 5.0 (評価件数 3件)

皆さんからの評価は、の活動から事業所概要で確認できます。活動選びの参考にしてください。

直接依頼

・ボランティアと事業所双方の同意があれば、対面で直接依頼を受けることもできます。



1

「その他」を押し、アカウントを開く。



2

「二次元コードを読み取る」を押す。



3

介護事業所の方が表示した二次元コードをカメラで読み取る。



4

活動の詳細が表示されるので「OK」を押す。



5

「OK」を押す。



6

「ボランティア」に予定が表示。
「メッセージ」を押す。



7

直接依頼で予定が成立している。

予定をキャンセル

・やむを得ない理由がある場合は確定された予定をキャンセルできます。



1

「ボランティア」を開く。
「×予定をキャンセル」を押す。



2

「キャンセルする」を押す。



3

キャンセルされました。

アンケートの確認・編集

- 初回登録時に回答したアンケートは何回でも編集できます。



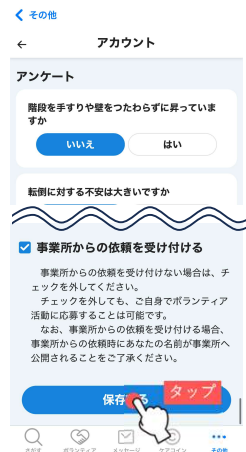
1

「その他」を開く。
[アカウント]を押す。



2

[基本情報アンケート]を押す。



3

アンケートが編集できる。
最下部の「保存する」を押す。

オファーを受ける

- ボランティア活動は自分から応募するだけでなく、事業所から依頼されることもあります。もし、参加できそうであれば、依頼を承諾し、活動に参加しましょう。



アンケート最下部の「事業所からの依頼を受け付ける」にチェックすると事業所から依頼を受け付けることができます。



1

依頼が来ると通知が届く。



2

メッセージを開くと、「事業所からオファーがありました」と表示される。



3

ページの[問合せ中]から「内容確認」を押す。



4

詳細を確認。承諾する場合、ページに戻る。



5

「承諾する」を押す。



6

「承諾しました」と表示される。



承諾しない場合、ページの問合せ中から「×予定をキャンセル」を押す。

よくある質問

Q1 このアプリは無料ですか？

A 本アプリはアプリ内課金もなく、利用料は無料です。ただし、ダウンロードやご利用時にかかるデータ通信料はご利用者様のご負担となります。

Q2 ボランティア登録票とは何ですか？

A 本アプリは事前にボランティア登録をした方が利用できます。人材バンクにボランティア登録をすると、「ボランティア登録票」が発行されます。

Q3 ケアコインとは何ですか？

A ケアコインとは、プチボラ活動によって得られる報酬です。事業所が活動ごとにあらかじめ設定しています。

Q4 ケアコインはどのように使用できますか？

A ケアコインの使用方法は、発行事業者によって異なります。各事業所にお問い合わせください。

Q5 県境に住んでいますが、隣の県で活動できますか？

A 活動エリアはお住いの都道府県に隣接する県から選択できます。エリアの変更は、その他の「アカウント」ページから行えます。

Q6 直接依頼などでカメラを起動できません。

A スマートフォンの設定から、「プチボラ」アプリの権限をすべて許可してください。

Q7 活動が全く表示されません。

A 活動は、ご自身が設定した希望業務に基づいて表示されます。希望業務の選択肢が少ない場合、表示される活動も限られてしまいます。希望業務は、その他のアカウントページから「基本情報アンケート」を編集することで変更できます。

Q8 活動に応募してもなかなか予定が成立しません。

A 事業所は応募者のプロフィールを参考にして活動を依頼することが多いため、プロフィールを充実させることが大切です。ご自身のスキルややりたいことを具体的に記載し、アピールしましょう。また、プロフィール画像を設定すると事業所の認識が高まり、依頼につながりやすくなります。プロフィール画像は、その他の「アカウント」ページから編集できます。



生きがいボランティア

プチボラ